

LETNÁ ŠKOLA TANCA v TD Bralen 2022

V tomto roku nadväzujeme na 31 ročnú tradíciu našej Letnej školy tanca, a opäť prichádzame s možnosťou stráviť **tri** prázdninové týždne naplnené tancom, stretnutiami, poznatkami a novými skúsenosťami.

Letná škola tanca v TD Bralen

LŠT sa bude konať v priestoroch TD Bralen na Súkennickej ulici 4, v Bratislave.
Čo vám ponúkame?

1. týždeň 4. - 8.7. 2022

<u>technika</u>	<u>pedagóg</u>	<u>€</u>
Klasický tanec I/ II	Martina Zubáková	45 €
Limón I/ II	Bibiana Lanczová	45 €
Modern Jazz II	Bibiana Lanczová	45 €
Fyzio cvičenie	Janka Letenajová	45 €
Horton I/ II	Michaela Motlochová	45 €
Pohybová rytmika	Michaela Motlochová	45 €
Tanečné variácie	Tomáš Duras	45 €

2. týždeň 1. - 5.8. 2022

<u>technika</u>	<u>pedagóg</u>	<u>€</u>
Klasický tanec I/ II	Tomáš Duras	45 €
Limón I/ II	Bibiana Lanczová	45 €
Modern Jazz II	Bibiana Lanczová	45 €
Horton I/ II	Michaela Motlochová	45 €
Pohybová rytmika	Michaela Motlochová	45 €
Contemporary dance	Mirka Porubánová	45 €
Tanečné variácie	Adriana Vrbičanová	45 €

Letná škola tanca v Mladočove u Litomyšle

Ďalšou možnosťou na skvelý tanečný týždeň je **Prázdninové setkání s tancem** v českom Mladočove. Tu je ponuka nasledovná:

3. týždeň: 17. - 23. 8. 2022

<u>technika</u>	<u>vyučuje</u>
Klasický tanec I	Tereza Krupičková
Klasický tanec II	Tereza Krupičková
Jazz I	Tomáš Duras
Jazz II	Tomáš Duras
Variácie	Hanka Vašková
Limón I/ II	Hanka Vašková
Muzikálové variácie	Magda Mauerová
Fyzio cvičenie	Janka Letenajová
L. Horton I/ II	Adriana Vrbičanová
Capoeira	Ondra Martinec



Pre viac informácií navštívte webovú stránku TC Monsignore www.monsignore.cz

Harmonogram LŠT v TD Bralen 2022

1. týždeň, 4.- 8.7. 2022

pondelok až piatok

1 9:00 - 10:30 Klasika I / II M. Zubáková	2 10:45 - 12:15 Limón I / II B. Lanczová	3 12:30 - 14:00 Modern jazz II B. Lanczová	4 14:15 - 15:15 Fyzio cvičenie J. Letenajová	5 15:30 - 17:00 Horton I / II M. Motlochová	6 17:15 - 18:45 Pohybová rytmika M. Motlochová	7 19:00 - 20:30 Tanečné variácie T. Duras
--	---	---	---	--	---	--

2. týždeň, 1.- 5.8. 2022

pondelok až piatok

1 9:00 - 10:30 Klasika I / II T. Duras	2 10:45 - 12:15 Limón I / II B. Lanczová	3 12:30 - 14:00 Modern jazz II B. Lanczová	4 14:15 - 15:45 Horton I / II M. Motlochová	5 16:00 - 17:30 Pohybová rytmika M. Motlochová	6 17:45 - 19:15 Contemporary M. Porubánová	7 19:30 - 21:00 Tanečné variácie A. Vrbičanová
---	---	---	--	---	---	---

Harmonogram je zatiaľ len predbežný. Môže sa zmeniť.

ČO SA BUDE UČIŤ?

V tomto roku LŠT sme pre vás pripravili nasledovné techniky:

Klasický tanec I / II	Modern jazz II	Horton I / II	Pohybová rytmika	Tanečné variácie
	Contemporary dance	Limón I / II	Fyzio cvičenie	

Kurzy delíme na **úroveň I, I / II a II**, podľa technickej vyspelosti účastníkov.

I - pre začiatočníkov

I / II - mierne pokročilých

II - pre pokročilých tanečníkov

bez označenia – pre všetkých

Klasická tanečná technika

Za viac ako 400 rokov svojho vývoja sa táto technika vypracovala na skoro dokonalý spôsob (aj keď nie jednoduchý), ako pripraviť telo tanečníka na tanec v akomkoľvek žánri. Na svete vari neexistuje dobrý tanečník, ktorý by si aspoň v začiatkoch svojej tanečnej kariéry nevybudoval technický základ práve týmto spôsobom. Dodnes je táto technika, aj keď rôzne obohacovaná a modifikovaná pedagógmi, základom prípravy tanečníkov v rôznych súboroch, divadlách, skupinách i u jednotlivcov.

Technika José Limóna

José Limón, vynikajúci mexický tanečník vytvoril zvláštny spôsob pohybu tanečníka, založený na kyvadlovom pohybe jednotlivých častí, alebo i celého tela tanečníka. Vznikol tak veľmi atraktívny spôsob pohybu, ktorý zaradil techniku José Limóna medzi základné techniky moderného tanca využívanú a vyučovanú po celom svete.

Technika Lestera Hortona

Úprimne som sa snažil vytvoriť tanečnú techniku založenú len na korektívnych cvičeniach, vytvorenú s ohľadom na ľudskú anatómiu, techniku, ktorá koriguje fyzické vady a nedostatky a pripraví tanečníka pre akýkoľvek typ tanca, techniku, ktorá má všetky akcie ovládajúce základné pohyby v kombinácii s vedomím pôvodu a zdroja pohybu a zmyslom pre umeleckú formu." Lester Horton

Pohybová rytmika

Ide o pomerne zábavné poznanie rytmu, tempa, dynamiky, nášho vlastného tela a fantázie. A vždy končíme veľkou a oslobodzujúcou bubnovačkou a tancovačkou.

Jazzová tanečná technika

Veľmi atraktívny jazzový tanec má korene v afroamerickej kultúre. Jeho charakteristickými črtami sú polyrytmika, polycentrika a individualita štýlu. Jazzová tanečná technika je ideálnym technickým základom pre interpretov, ktorí sa venujú muzikálovému tancu, diskodance a všeobecne show tancu. Je vhodná nielen pre začínajúcich ale aj pre vyspelých tanečníkov. Dá veľa i tým, ktorí si tancujú len-tak pre radosť.

Tanečné variácie

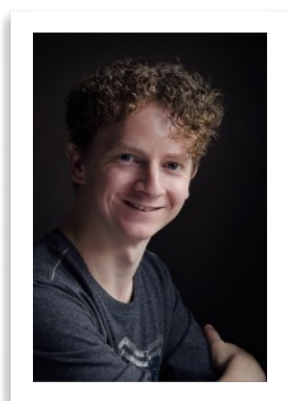
Hodiny tanečných variácií sú zamerané najmä na „vytancovanie“ tanečníkov. Chceme, aby ste si zatancovali, urobili niečo pre svoje telo a popripade sa aj zlepšili ako taneční interpreti a obohatili sa o tanečnú prax.

Fyziocvičenie - aby nás tanec nebolel

Tanec je krásne umenie, ale telo tanečníka je pri ňom extrémne zaťažované. Preto sme do harmonogramu zaradili aj hodinu fyziocvičení, na ktorej túto záťaž vykompenzujeme.

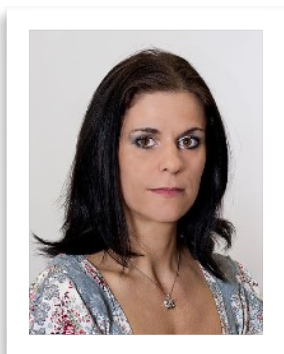
KTO VÁS BUDE UČIŤ?

TOMÁŠ DURAS



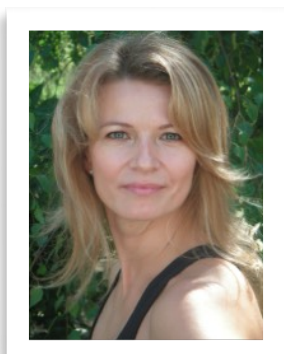
Som absolvent Katedry tanečnej tvorby VŠMU v odbore moderný tanec. Počas štúdia som sa tiež zúčastnil študijného pobytu na holandskej ArtEZ University of the Arts v Arnheme a pôsobil som ako hosťujúci interpret v nemeckom Theater Ulm. V súčasnosti pôsobím ako interpret, pedagóg a umelecký šéf Tanečného divadla Bralen, kde sa venujem výučbe jazzového, moderného a klasického tanca. Ako pedagóg tiež pôsobím v Klube modernej gymnastiky Danubia a v tanečnom súbore Halo Halo. Inšpiráciou v učení sú mi taneční pedagógovia ako Joe Alegado (USA), Ime Essien (DE), Bibiana Lanczová, Jana Letenajová, Rastislav Letenaj, Viera Sádovská (všetci SK), či Tereška Krupičková (CZ).

Mgr. art. MICHAELA MOTLOCHOVÁ ArtD



Vyštudovala som Katedru tanečnej tvorby VŠMU v odbore pedagogika tanca pre deti a mládež. Doktorandské štúdium som ukončila na menovanej katedre a vo Viedni v Flamenca Academia so zameraním na tance v štýle Flamenco. V súčasnej dobe pôsobím ako pedagóg na Cirkevnom konzervatóriu v Bratislave, na Katedre tanečnej tvorby a na Základnej umeleckej škole Júliusa Kowalského. Počas mojej 23 ročnej praxe som spolupracovala ako pedagóg aj choreograf s viacerými tanečnými skupinami, súbormi a divadlami na Slovensku, ale aj v zahraničí. Za všetky spomeniem: Lucia ballet dance studio v Japonsku, slovenské súbory Dimitrovec, Prvosienka, Divadlo Ticho a spol., Kremnické divadlo v podzemí. V Tanečnom divadle Bralen pôsobím ako pedagóg hortonovskej tanečnej techniky.

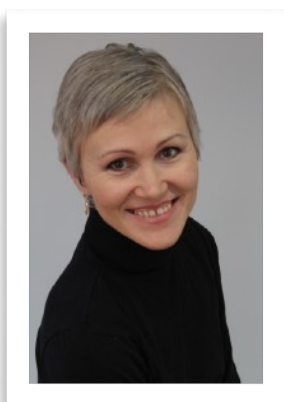
Mgr. art. BIBIANA LANCZOVÁ



Som absolventkou Hudobno-tanečnej fakulty VŠMU v Bratislave, tanečný odbor pedagóg moderného tanca a mám ukončené doktorandské štúdium na VŠMU. V súčasnosti som pedagógom na katedre tanečnej tvorby HTF VŠMU. Som zakladateľkou o.z. Danceana zameraného na edukáciu amatérskych a profesionálnych pedagógov a tanečníkov.

Počas 15 rokov svojho pôsobenia na umeleckej scéne som získavala skúsenosti v mnohých divadelných, tanečných, alebo muzikálových produkciách, ako choreografka, asistentka choreografie a aj interpretka, v divadlách v Bratislave (Nová Scéna), v Nitre (Divadlo A. Bagara), alebo v Prešove (Divadlo J. Záborského). V zozname režisérov s ktorými som spolupracovala sú mená ako J. Bednárík, Š. Kožka, R. Polák, J. Ledecký, R. Dobroslávek, K. Spišák, V. Morávek, a medzi choreografmi nechýba J. Ďurovčík, alebo Joe Alegado (USA) a Bruce Taylor (F).

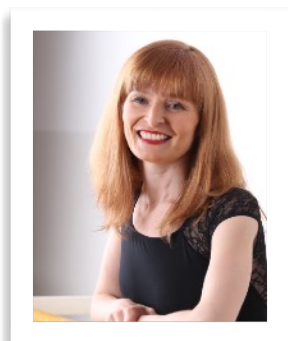
Mgr. art. JANKA LETENAJOVÁ



Som absolventkou Katedry tanečnej tvorby VŠMU v Bratislave. Od 4 rokov som navštevovala tanečný odbor ZUŠ Štefánikova v Bratislave, pod vedením Heleny Žitňanovej. Od 12 rokov som bola členkou TD Bralen. Tu, počas 26 ročného pôsobenia ako tanečnica, som sa učila od "mojich" pedagógov: Raša a Oľgy Letenajových, Dagmar Puobišovej, Jána Hartmanna a Ivany Kubicovej. Tancovala som v choreografiách Joe Alegada, Cristiny Perery, Brucea Taylora, Kedzie Penfield, Istvána Orszovského, Pavla Šmoka, Libora Vaculíka, Ervína Vargu, Ondreja Šotha, Raša Letenaja. S braleňáckym repertoárom som tancovala v mnohých európskych krajinách, ale aj v USA, alebo v Japonsku. Absolvovala som aj štúdijný pobyt v Martha Graham School od Contemporary Dance v New Yorku a aj výnimočné tanečné semináre v Saratoga Springs (USA), Londýne, Kolýne nad Rýnom a vo Viedni. Moje nohy mali možnosť dotýkať sa dosiek divadiel v Prahe, Brne, Zlíne,

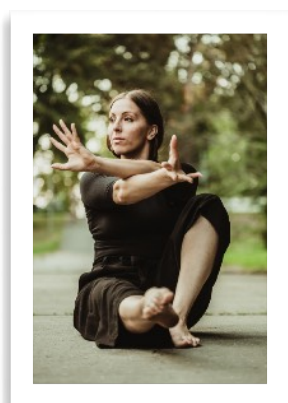
Pardubiciach, Olomouci, Bratislave, Košiciach, ale aj divadiel v Bytomy, Kaliszi, Berne, v Novom Sade, Lingene, Meppene. V súčasnosti už netancujem, ale všetko, čo som sa v Bralene naučila a vedomosti získané štúdiom Pilatesovej metódy vo Viedni a fyzioterapie na Inštitúte fyzioterapie, balneológie a liečebnej rehabilitácie v Piešťanoch, veľmi aktívne, ku spokojnosti mojich klientov, používam v TD Bralen v "Štúdiu Pilates".

Mgr. art. MARTINA ZUBÁKOVÁ



Som absolventkou Katedry tanečnej tvorby VŠMU v Bratislave v odbore Tanečné umenie - klasický tanec. Začala som tancovať ako sedemročná vo folklórnom súbore Mlynček vo Veľkom Šariši. Neskôr som sa stala členkou Tanečného divadla Bodies v Prešove. Počas štúdia na vysokej škole som tancovala dva roky v TD Bralen a neskôr v baletnom štúdiu Arabesque. Pedagogickej činnosti sa venujem 20 rokov (SZUŠ Prokofievova, SZUŠ Železničná, Baletné štúdio Arabesque, Tanečné štúdio ONE, TD Bodies, Moving Souls a i.). V TD Bralen pôsobím už 11 rokov a vediem hodiny klasického tanca.

Mgr. art. MIROSLAVA PORUBÄNOVÁ



Absolvovala som Vysokú školu múzických umení v Bratislave - odbor tanečné umenie, Prague College - International School of Business (HNC), tréner I. kvalifikačného stupňa SZTŠ.

Pôsobím v niekoľkých kluboch/ školách, kde odovzdávam svoje pedagogické, choreografické, či organizačné skúsenosti (TK Jessy, SZUŠ Lipt. Hrádok, TK Lentilky, TK Halo Halo, Danceversity Nitra, TD Bralen a iné).

Okrem rôznych projektov z umeleckého prostredia sa aktívne venujem súťažnému tvoreniu choreografií v disciplínach jazz, modern&contemporary. Získala som mnoho významných ocenení: titul majstra Slovenska a medailové pozície v art disciplínach IDO, „best choreography award“ (DanceStar semifinále 2018), „best choreography award“ (DanceStar finále 2019), DanceStar GALA finalist top 20 (2019), IDO GALA finalist (2019) a iné.

Stala som sa spoluzakladateľkou klubu DanceContinent, kde momentálne aktívne pôsobím ako pedagóg, choreograf, manažér. Som spoluautorkou projektu GRIF, ktorý podporuje a rozvíja tvorbu a kreativitu detí a mládeže. Svoje vzdelávanie kontinuálne dopĺňam na workshopoch, vzdelávacích kurzoch, festivaloch doma aj v zahraničí. Na letnej škole v TD Bralen vás budem sprevádzať lekciami contemporary.

ADRIANA VRBIČANOVÁ



Som absolventkou Peridance School (odbor balet/ contemporary), kde som získala aj štipendium a tiež študovala na Martha Graham School of Contemporary Dance (obidve školy v New Yorku). Predtým som pôsobila v Tanečnom divadle Bralen 8 rokov ako členka súborovej skupiny a taktiež aj ako lektorka techník moderného tanca (Limón a Horton). Zúčastnila som sa rôznych workshopov v Európe aj Amerike pod vedením osobností ako napr. Risa Steinberg, Tracy Inman, Renne Robinson, Janet Panetta, Milton Myers (všetci z USA). Momentálne študujem Tradičnú čínsku medicínu v Prahe, v ktorej objavujem modalitu a filozofie, ktoré vedia byť veľmi nápomocné aj pre tanečníkov v ich starostlivosti o telo aj dušu a uchovávaní zdravého prístupu k

tancu a pohybu ako takému.